

את העבר אנחנו לא שורפים
את ההווה אנחנו לא מנצחים
על העתיד חולמים ומגשימים



"ילדי ישראל ילמדו אורח חיים בריא מהו..."

1992

שר החינוך זבולון המר

מדינת ישראל
התקבלה כחברה
ברשת האירופאית

1995

לבתי ספר מקדמי בריאות



מצוי' 2019



? 2020

רצוי'

בכל הגילאים , בכל הצבעים, כל הזמן...

2020 ?



הזמן לא סולח
ואי אפשר להשיבו



שלום תלמידים,
אני המורה
שלכם
לבריאות בבית הספר



היו היה פעם...

מדיניות תחום הבריאות

אין שיעור בבריאות
אין מורה לבריאות

האחריות היא של כולם

כללים בסיסיים

שותפות עם ההורים באחריות על בריאות
התלמידים

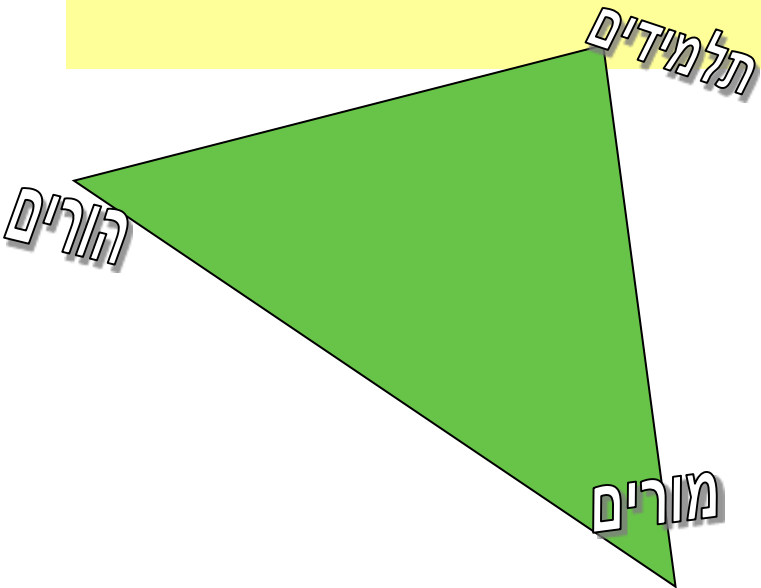
הטמעת התחום וצמיחה

עקרונות מנחים

מחויבות מנהל בית הספר

עבודת צוות רב מקצועי

תכנית רב שנתית



תפיסת העולם



אחריות

בחירה

שיתופי פעולה

"עושים בית ספר לבריאות" - שותפים



משרד החינוך
משרד הבריאות
ארגון ההורים
חברות תומכות
פרולוג, עמותת עתיד
העמותה לקידום הסיעוד
החברה הישראלית לגינקולוגיה בנערות

תפארת עלי

משרד
הבריאות

עושים בית-ספר לבריאות

משרד
החינוך





השותפים:

משרד החינוך • משרד הבריאות • ועדי הורים רשותיים • ארגון ההורים הארצי
עתיד עמותה לקידום תזונה ודיאטה בישראל • העמותה לקידום הסיעוד בבריאות הציבור
איגוד רופאי הילדים בישראל • האיגוד הקרדיולוגי בישראל • איגוד רופאי המשפחה בישראל
האיגוד הישראלי לרפואת השיניים לילדים
ידידת התוכנית: יוניליוור ישראל - תלמה
יוזמה וניהול התוכנית: פרולוג CSM יזמות ושיווק בע"מ

www.tafuralay.co.il



אגדול/הודגול

עלינו לאוויר

האתר החדש שלנו עלה לאוויר ואנחנו שמחים להזמין אתכם ליהנות ממנו ולהתרשם

כותבים עלינו

כתבות ופרסומים על תוכנית תפור עלי

כוכב החודש

הכנסו לכוכב החודש שם תוכלו לקרוא את תוכנית בית ספר פיכמן חיפה.



התוכנית תפור עלי לגדול בריא

היא תוכנית לקידום הבריאות בבתי הספר ובגני הילדים, תוך מעורבות ההורים והקהילה. התוכנית ייחודית לשכבות גיל, ועוסקת בחימוך לתזונה נכונה, חשיבות אחחת הבוקר, הגיינה אישית והתפתחות בקרב מבוגרים. מטרת התוכנית היא יצירת חברה בריאה יותר בעלת מודעות גבוהה לאורח חיים בריא

אזפייה בסרטון לאף



כוכב החודש

בקרו באתר הבית של כוכב החודש של תפור-עלי: **בית הספר "פיכמן" - חיפה**

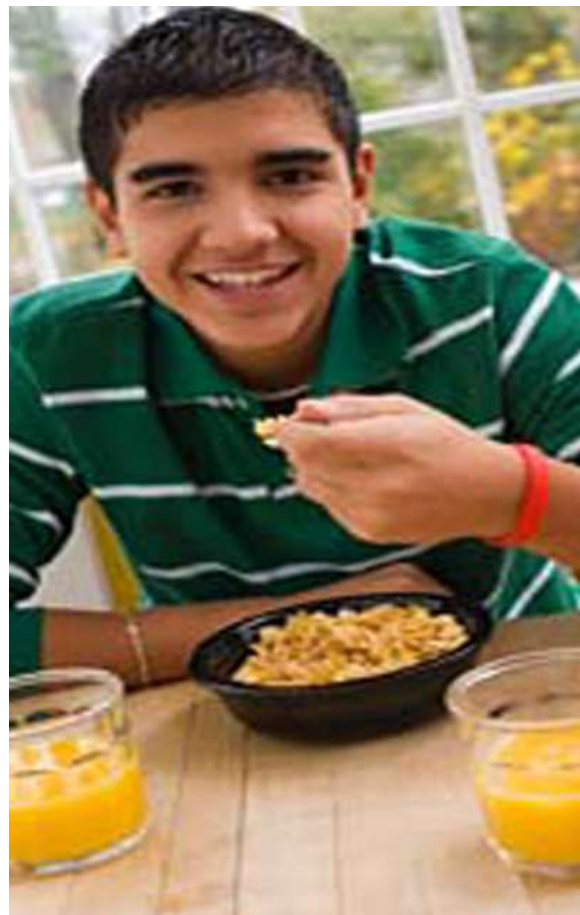


והעיקר...

1. האתר כמקור ידע מקצועי בקידום בריאות עבור הגננות וחשוב להטמיעו בקרב הגננות.
2. יצירת גשר בין הערכות המודפסות המסורתיות לבין שימוש ממוחשב – שינוי חשיבתי
3. פנייה למרכזי הפסגה להציב את נושא קדום בריאות במקום מרכזי
4. העצמת הבריאות באמצעות הטמעה, הכרה עידוד והערכת התחום.



תפוז עלי בת 10



תכנית לאורח חיים בריא
לילדים בישראל









סטנדרטים בתחום הבריאות

- סטנדרטים בבריאות מגדירים מהם המיומנויות, התכנים וההתנהגויות שיוערכו ומהי רמת הביצוע המצופה מהצוות החינוכי בבית הספר או גן הילדים.
- בית ספר העובד על פי סטנדרטים הוא בית ספר הפועל להביא את כל השייכים לקהילתו לעמידה בהישגים הנדרשים ולהתנהגויות המצופות שמקובלות בתחום הבריאות.

בתי ספר נקיים מעישון

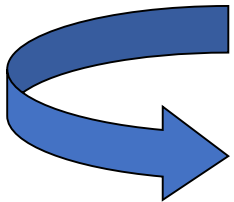
**תכנית חלוצ (פיילוט) לשנת הלימודים תשע"ד
בהובלת משרד החינוך ומשרד הבריאות**

שותפויות

לזהות ולאפיין מה יפריע ויבלום מה יתמוך ויקדם
(על קו הרצף בין גורמי פנים לגורמי חוץ)

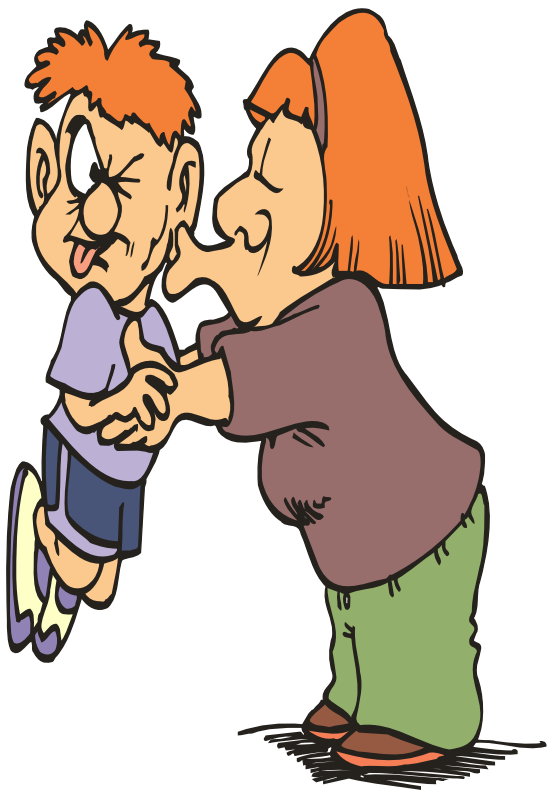
ליצור ולפתח שיתופי פעולה רב ערכיים להגיע למצב של

win win situation



וכשכולנו מבינים מהו ההבדל בין מעורבות הורים
לשותפות הורים ומכירים את העקרונות בתוכניות
לקידום הבריאות שאלנו שוב :

האם ההורים הם חלק מהפתרון!?



תכנית לקידום בריאות בבתי ספר על יסודיים

משרד החינוך, משרד הבריאות, עמותת עתיד

מטרת התכנית:

להקנות ולחזק הרגלי תזונה בריאה ופעילות גופנית לקידום
בריאות ומניעת השמנה



משרד הבריאות



עמותת לקידום תזונה ודיאטה



משרד החינוך
התרבות והספורט

כבוד



התכנית תכוון ל...ותכלול את :

- סימון תזונתי
- עיניים ביקורתיות לפרסומות
- מיזמים של פעילות גופנית קבוצתית, המונית
- הרכבת ההיצע המזון למכירה בשיתוף עם בעל קיוסק או המזנון



משרד הבריאות



עמותה לקידום תזונה ודיאטה



משרד החינוך
התרבות והספורט

ידע הוא כוח

שתוף בידע היא חוכמה

מפגש משותף למשרד החינוך ואשלים

12 בנובמבר 2008

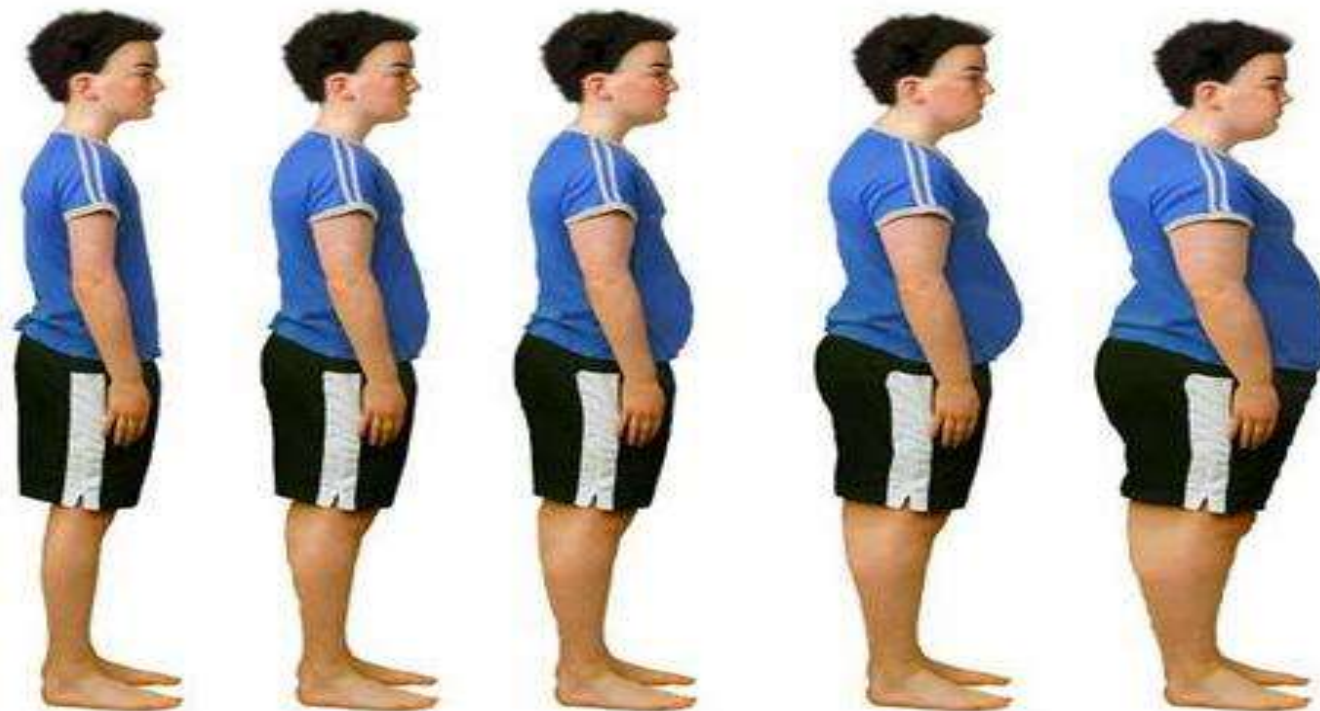


מהלכה למעשה

אתר הפיקוח על הבריאות

http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Mazkirut_Pedagogit/Briut/odot/

תוכנית לאורח חיים בריא ולמניעת השמנה בילדים בישראל





התכנית :

"עידוד צריכת פירות וירקות טריים בקרב תלמידי בתי הספר היסודיים"
ישיבת התנעה בשיתוף מנהלי בתי ספר
29.11.2012 , טו' כסלו תשע"ג

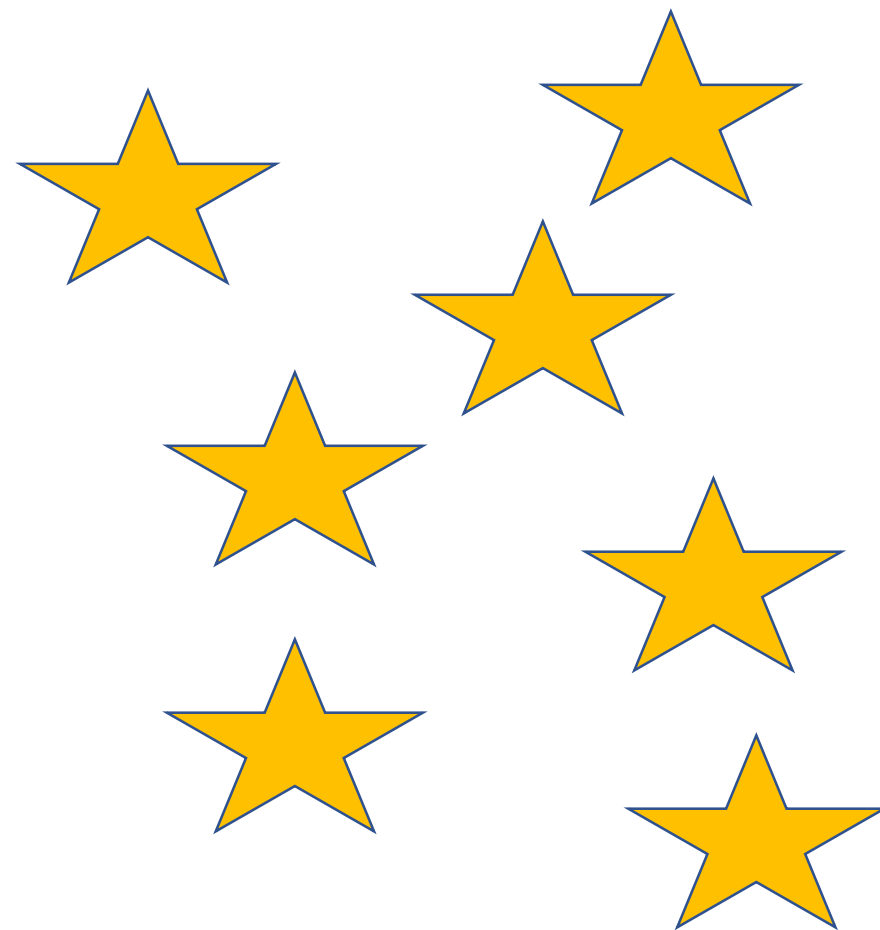
משתתפים :

נציגי משרדי החינוך, הבריאות והחקלאות,
אגף החינוך ואיגוד מנהלי המחלקות לחינוך
ברשויות המקומיות, מועצת הצמחים





מועצת החכמים
החליטה כוכבים



המשרד מעודד בתי ספר לפעול כמסגרות מקדמות בריאות, ולקבל מעמד רשמי והכרה המעידים על כך.

תנאי סף הנדרשים להכרה ברמות השונות של ההטמעה או למעבר בין רמות המדרג



יציאה לקהילה הרחבה
הפצת הידע

חניכת בית ספר חדש
הערכת התהליך



בריא מתמיד

יישום התכנית והרחבתה
תכנית לרווחת הסגל

מנהיגות תלמידים
שילוב הורים

פיתוח מקצועי

מחויבות של מנהל
צוות היגוי, תכנית
שלושה תחומי דעת
שלוש שכבות גיל
יצירת סביבה בריאה



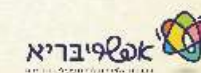
דירוג כוכבים
לשנה "ל תשע"ג - תשע"ד
מוענקת לבית הספר
שם בית הספר
מחוז מרכז



רות וינשטיין
מנהלת המחלקה לחינוך וקידום בריאות
משרד הבריאות

עידית ליבנה
המפקחת על תחום הבריאות
משרד החינוך

בבסיס אלבא אולי הוא בריאות איש מכל אחד





פילי
מנצח
את
השפעת



בתי ספר מקדמי בריאות



הפיקוח על הבריאות

הכרה

- מבית הספר נדרשות מחויבות מוצהרת ועשייה בפועל להבאת כל השייכים ליזומה משותפת. יוזמה זו תביא לכך שכלל התלמידים, צוות בית הספר, ההורים והקהילה המורחבת יפעלו לפיתוח ולטיפוח בית הספר כמקדם בריאות.
- על בית הספר להטמיע את מסמך הסטנדרטים לתחום הבריאות.
- בית הספר מחויב לקשר שוטף עם הצוות המחוזי המלווה של משרד החינוך ומשרד הבריאות.
- על בית הספר להגיש לצוות המחוזי מסמך ביצוע לעומת תכנון בתום כל שנת לימודים.
- צוות הבריאות במחוז מלווה את בתי הספר בתהליך ומעניק להם תמיכה מקצועית.
- בתי הספר מקדמי הבריאות המיטביים במחוזות יוגשו כמועמדים להכרה כבתי ספר מקדמי בריאות ברמה הארצית ויזכו להערכה ולמענק מיוחדים.

בתי ספר מחשיכים בשנה השנייה ואילך נדרשים להציג בתוכנית השנתית פעילויות ייחודיות מתמשכות עם ההורים והקהילה ולשלב פעילויות להעשרה ולקידום הבריאות של צוות בית הספר.

בריאות היא החינוך

לפרטים נוספים מומלץ לעיין באתר הפיקוח על הבריאות ולהיות בקשר עם צוות ההדרכה המחוזי.

www.education.gov.il/briut



אל תתנו לבריאות לצאת להפסקה

שינה מספקת

אכילת ירקות ופירות בחמישה צבעים

אכילת שלוש מנות החלב

מים לרוויה

אכילת ארבע קבוצות המזון בכל ארוחה

פעילות גופנית יומיומית

אל "תדבקו" למסך ואל תגזימו עם ממתקים



בריאות היא החינוך
www.education.gov.il/briut



כך: רוחצים ידים



בריאות היא החינוך
www.education.gov.il/briut

הצעה לפעילות סביב הכרזה "כך רוחצים ידים"

- מדוע חשוב לרוחץ ידים ואיך פעולה זאת תורמת לבריאות?
- לפני או אחרי אילו פעולות חשוב לרוחץ ידים?
(ראה כרזה בנושא בלינק הבא): [לחץ כאן](#) מאמר בנושא בלינק הבא: [לחץ כאן](#)
- תרגול של רחיצת ידיים נכונה על פי השלבים המוצגים בכרזה.
- מהם החלקים ביד, שלמרות שרוחצים ידים נשארים בדרך כלל מלוכלכים וחשוב להקפיד על מקומות אלו בתהליך הרחיצה הנכון?
לינק לתמונה הנותנת מידע בנושא: [לחץ כאן](#)
- באילו מקומות כדאי למקם את הכרזות בבית הספר ובאילו מקומות את המדבקות המזכירות לרוחץ ידיים?

בריאות היא החינוך
www.education.gov.il/briut

נכתב ע"י: דרנית ויסבוג וד"ר אסנת קיור, מדיכית ארציית ביוטק לבריאות



1 שעה פעילות גופנית

2 לא יותר מ-2 שעות מסך ליום

3 צריכת מנות מקבוצת החלב ליום

4 אכילה מ-4 קבוצות המזון בארוחה

5 אכילת ירקות ופירות ב-5 צבעים



בריאות היא החינוך
www.education.gov.il/briut

ממעיטים באכילת ממתקים, חטיפים ושתייה מתוקה ושותים מים לרוויה!





מדריך לפיתוח מדיניות
בית ספרית בנושא
הרגלי תזונה ופעילות גופנית

בריאות היא החינוך

"לי בריאות"

אוגדן מנחה להטמעת תחום הבריאות בבתי-הספר

מסע ההרפתקאות לארוחת הבוקר

כיתות א', ב', ג'



משרד
הבריאות

תפוז ועץ
לבריאות

משרד
החינוך

ידידת התכנית חלמה

אבל האם הכל כבר נאמר...

?

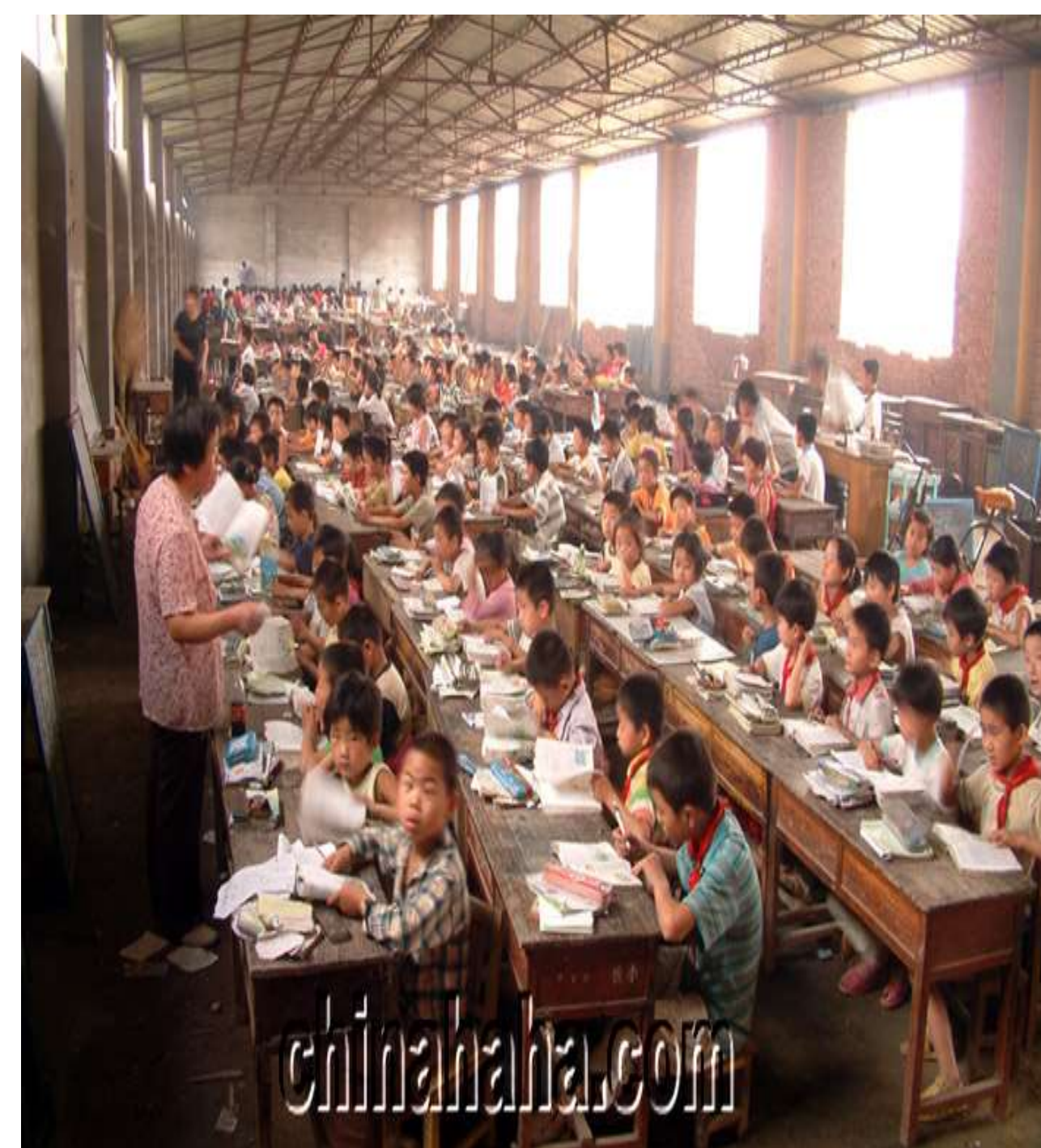


למה אנחנו פה?

הטמעת אורח חיים בריא
הינו אחד מהיעדים ארוכי
הטווח של משרד החינוך

2015

china.haha.com



קשה באימונים, קל בקרב קל באימונים קשה בקרב....



זה בערך היחס



זה רק בארצות הברית...

רק בארה"ב: הילד מבקש קולה במסעדה? העירייה לא מרשה

מאת יוני כהן-אירוב,
לום-אנג'לס

ארה"ב, כדאי, היא הארץ השנייה בעולם בעולם. בין החלומות של הילדים והבשר הסופי בצורה ריב וינאמנים בקרב מלאי דבור על המשימה על המקור בלידתם, אנחנו נמצאים צורך לא פחות כמעט ק"ג כוכר במנה.

כמות מספרה בהסוכר הוא מניעה משקאות פלים, בלי קולה או מיצים סוכרניים וגל הבראנדי של חם נים ואחרונה. גורם לרשת מקדונלדס להוציא את המשקאות הפורנים מאזור דלת הילדים שלה לפני שנתיים, ידעת בדבר יונג ביצעה מהלך דומה העברה או עבר העיר היידס מקליפורניה, שהיא אמנם קיר קסמה אך נמצאת על

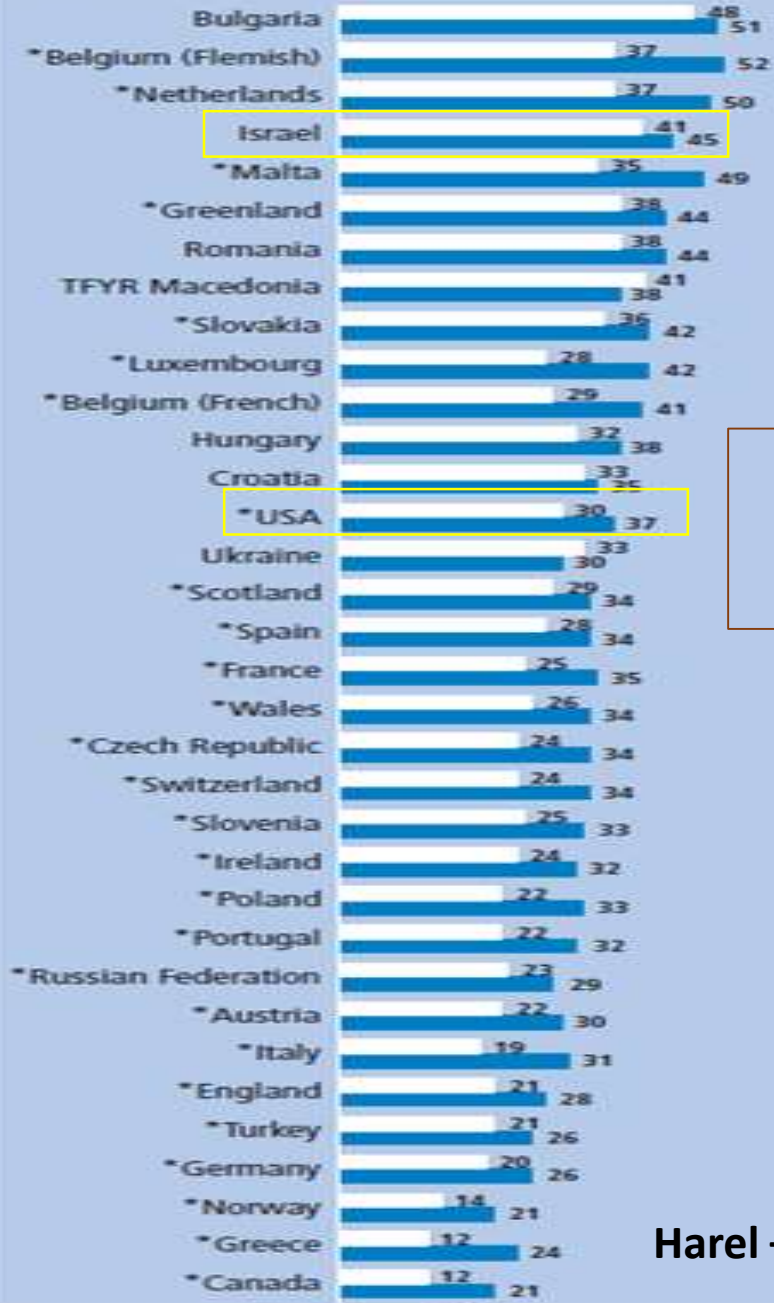
המפה התקשורתית ביטח האנגלי. כיטח הדיוקה שלה, זה לא מספיק טוב בשבוע פועל הענייה לזקמת העיר תקנה הענייה את כל המסעדות במנה לרשימת בתפרים המגיע לילדים אף וילדים או דלם. "משקאות מסוכנים בעינינו את הכיטח של ילדים ללקות בסוכרת, סכר לית לב ובהשגת יתר, ולא ראוי שמסעדות יציעו אותם בברירת מחיר, הדין פה העירייה שהנהירה בעניין יותר להורים לצורך את המשקאות הללו, אך חב לא יפיקו בתפריט הילדים. העירייה קראה לכל הרשויות בארה"ב ללכת בקביעות, וניכאה בהורעה שהוציאה כי "נשקלה ראות בשוקה כמו קולה בתפריט ילדים יראה לני כמו נמצאה על שולחנו של דמאי".

גם את זה כבר ראינו....



15-year-olds who drink soft drinks daily

Girl %
Boy %



Israel
Girls: 41%
Boys: 45%

US
Girls: 30%
Boys: 37%

Drinking soft drinks daily

Adolescents' food habits: results of the Health Behavior in School-aged Children survey

World average
Girls: 25%
Boys: 32%



A photograph of two young girls sitting at a table in a classroom, eating sandwiches. The girl on the left is wearing a green shirt and the girl on the right is wearing a yellow shirt. They are both smiling and looking at each other. In front of them are baskets of fruit and a water bottle. The background shows a classroom with posters on the wall.

בתי ספר מקדמי בריאות

בית ספר מקדם בריאות- מטרות



1. להקנות ידע ולפתח הבנה בנושא אורח חיים בריא
2. לטפח אחריות לבריאות ברמת הפרט והחברה
3. להטמיע את נושא הבריאות כחלק מתרבות החיים

בית ספר מקדם בריאות - הגדרה

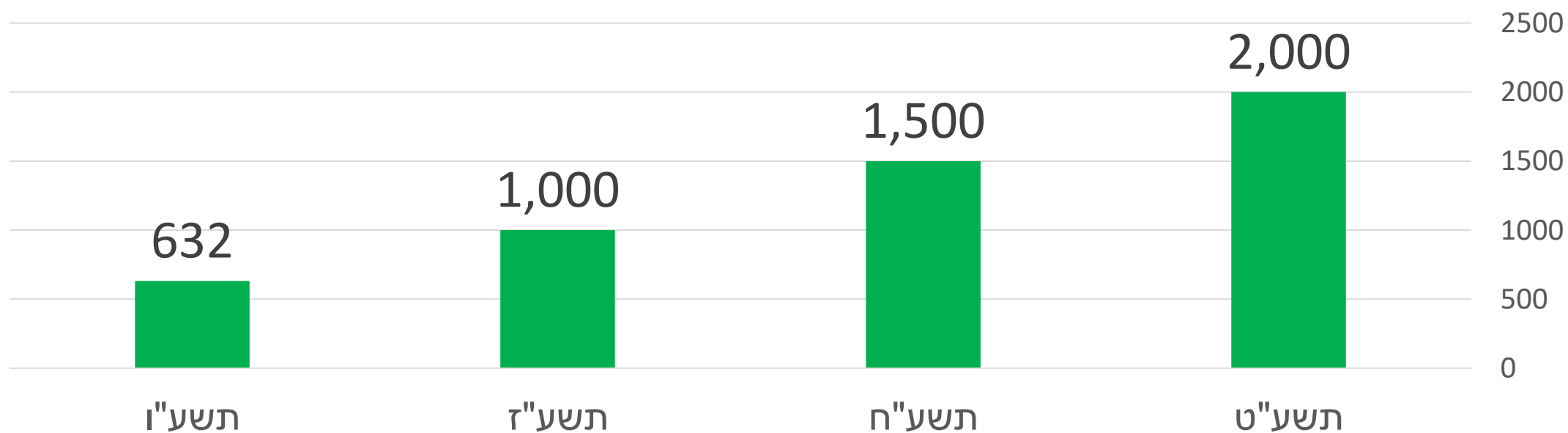
**בית ספר מקדם בריאות מהווה תשתית
לתהליך חינוכי היוצר הטמעה של תחום
הבריאות כחלק מהותי המשולב בהוויה הבית
ספרית**

בית ספר מקדם בריאות - מחויבות

**מבית ספר מקדם בריאות נדרשת מחויבות מוצהרת להביא
את כל השייכים ליוזמה משותפת, בית ספר הורים וקהילה
במטרה לפתח ולטפח את בית הספר כמקדם בריאות**

בית ספר מקדם בריאות- יעד 2020!

מספר בתי הספר שיוכרו כמקדמי בריאות







מבשלים אפליבריא טעים. צבעוני. יס־תיכוני.

הנחיות ומתכונים לפעילות
חוייתית של תזונה ים תיכונית

אפליבריא
התכנית הלאומית לחיים פעילים ובריאים

משרד
הבריאות
לחיים בריאים יותר



משרד
החינוך



על פי התקנות לחוק הפיקוח על הרכב המזון ואיכותו
מזון מותר למכירה



על פי התקנות לחוק הפיקוח על הרכב המזון ואיכותו –
מזון אסור למכירה



חוגגים יום הולדת בריא

לצפייה בסרטון



יום הולדת אפליבריא



ולא לשכוח...
עוגה!



מחלקים
שקיות עם משחקים
והפתעות



שותים
רק מים, ללא חטיפאות
ממותקים



אוכלים
בזיכרון וריקות -
ללא מתוקים



חוגגים
בתנועה, בשירים
ומשחקים



תהליך

שנגמר



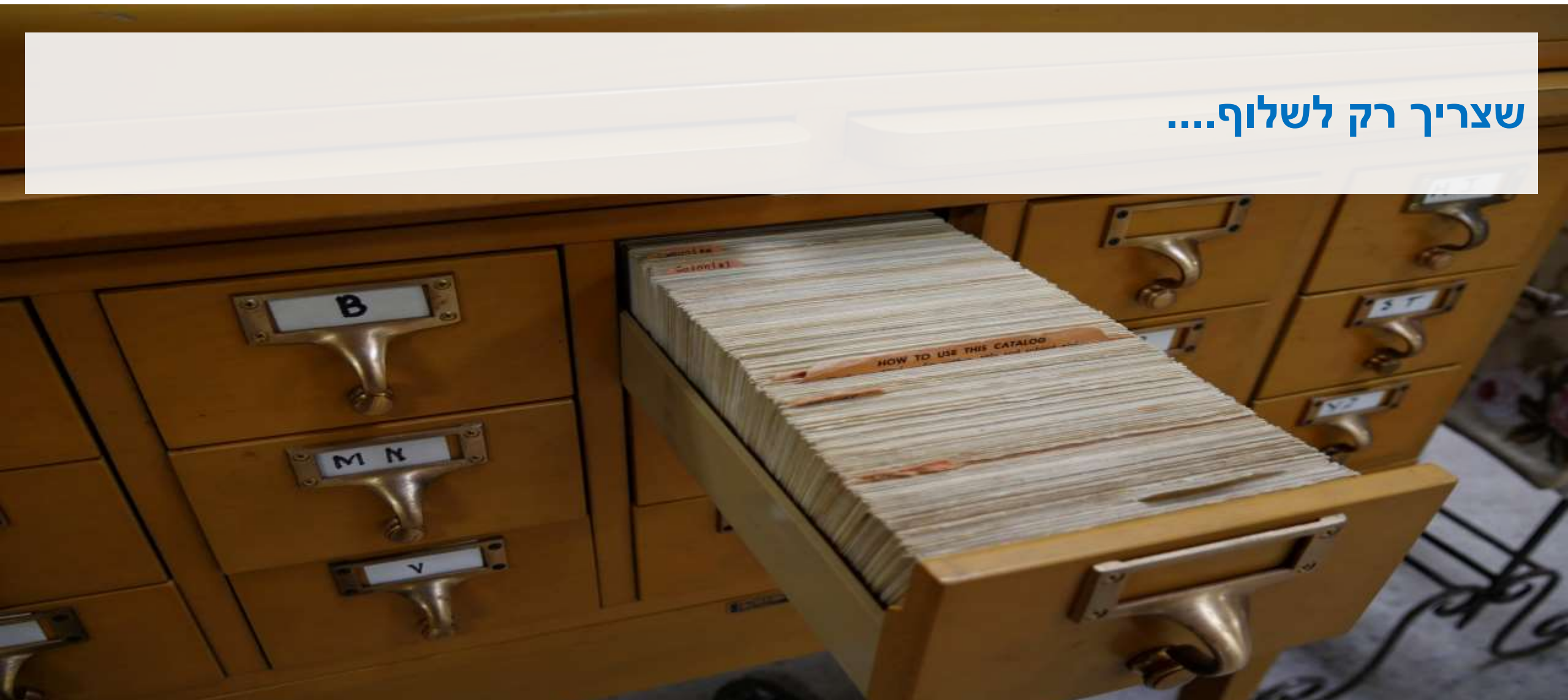
תהליך

שנשאר



כבר לא עידן של מגירות עמוסות בידע ורעיונות

שצריך רק לשלוף....



הגדר את ההבדלים...



**Sam sam but
different**

תחום הבריאות הוא פלסטי אבל לא אלסטי, אפשר לשנות לו את הצורה.
הצורה החדשה תישמר רק אם נתמיד ולא נוותר.



אז למה זה לא קורה....

היעדר
מודלינג

תרבות

השקעה מול
השפעה

היעדר סמכות

חיי שפע

תחרות עם
תחומים
אחרים

קידום בריאות אינו חד ערכי



זו עדיין בעיה מרכזית





**תלמידים הסובלים
מאלרגיה למוצרי מזון
במוסדות החינוך**



הזמן קצוב

אלה הלקוחות שלנו



רוכבים עלינו....



לבריאנות אין מועד ב'

המשימה שלנו
להגדיר את קידום
הבריאות במערכת
החינוך
כיעד ערכי ולאומי

אף פעם לא נדע עד היכן ההשפעה שלנו מגיעה



A close-up photograph of a person from the chest up, wearing a beige V-neck sweater. Their hands are clasped together over their heart. The background is a bright, slightly cloudy sky. A semi-transparent grey rectangular box is overlaid on the lower half of the image, containing Hebrew text.

תודה על ההקשבה!